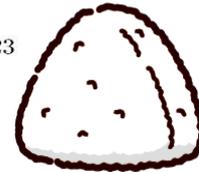


©少年写真新聞社2023

新座市立第二中学校
校長 小関 直
栄養教諭 加藤耕平



給食における主食の重み

8月に日本中でお米が買えないという騒ぎになったことは記憶に新しいかと思えます。新米になれば米不足は落ち着くとの見解があったとおり、現在はお米が手に入らない状況ではなくなりました。一方で令和6年産の米価格は、生産者と卸売業者との取引価格が大幅高となったため、流通するお米の価格も高止まりすることが予想されています。これを受けて学校給食に納入しているお米も11月から「1.36倍」値上げされることとなりました。

お米の値段が1.36倍と言われてもピンとこないので概算してみたところ、ご飯が主食の給食だと10円近い値上げとなることがわかりました。1か月に平均すると7円前後になりそうです。主食の値上げというのはいかにインパクトが大きいことなのかおわかりいただけただけではないでしょうか。

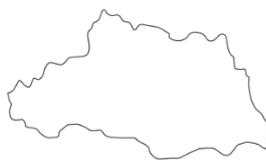
<栄養価の心配は! ?>



学校給食は「児童生徒の心身の健全は発達」を最も大切にしているため、給食の栄養価を保つことはとても大切です。しかし、そうは言っても予算がなくては給食が作れません。これから3月までは、毎月給食費とのにらめっこが必要になってきそうです。本校は大規模校で果物をカットする人手が足りないため果物の提供機会がとても少なく、秋から冬にかけてカットの必要がないみかんやいちごを提供しているというのが近年の状況でした。しかし、給食費確保のため今年度は給食で果物を提供することは難しいかもしれません。このため、ご家庭では例年より少し意識して果物の購入と食卓への提供を心掛けていただけると幸いです。ちなみに日本の場合、様々な旬の食べ物がある国であるにも関わらず、栄養素摂取にはほとんど季節性がないことがわかっています。しかし唯一、ビタミンCにおいては季節性があることが認められており、夏に比べて秋から冬の方がビタミンCを多く摂取しています*。そして、これは日本で秋から冬にかけて流通する、柿やみかんの影響が大きいと考えられています。どうか、例年どおり子供たちにビタミンCを届けるために、ご協力をお願いいたします。

* Sasaki S et al. Food and Nutrient Intakes Assessed with Dietary Records for the Validation Study of Self-administered Food Frequency Questionnaire in JPHC Study Cohort I. J Epidemiol 2003, 13, S23-S50

11 和食文化を
伝えよう



埼玉県 収穫量の多い野菜

11月は埼玉県民の日があることにちなんで、「彩の国ふるさと学校給食月間」となっています。給食でも可能な限り地場産物の使用を心掛けています。

